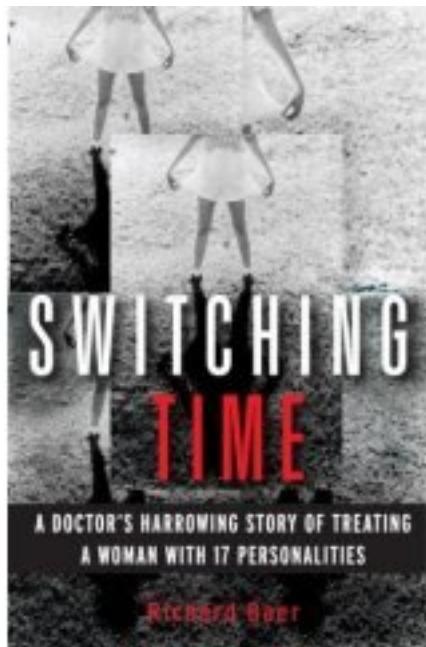


# Switching Time



[Switching Time 下载链接1](#)

著者:Richard Baer

出版者:Three Rivers Press

出版时间:2008-9

装帧:Paperback

isbn:9780307382672

One afternoon in 1989, Karen Overhill walks into psychiatrist Richard Baer's office complaining of vague physical pains and depression. Odder still, she reveals that she's suffering from a persistent memory problem. Routinely, she "loses" parts of her day, finding herself in places she doesn't remember going to or being told about conversations she doesn't remember having. Her problems are so pervasive that she often feels like an impersonator in her own life; she doesn't recognize the people who call themselves her friends, and she can't even remember being intimate with her own husband.

Baer recognizes that Karen is on the verge of suicide and, while trying various medications to keep her alive, attempts to discover the root cause of her strange

complaints. It's the work of months, and then years, to gain Karen's trust and learn the true extent of the trauma buried in her past. What she eventually reveals is nearly beyond belief, a narrative of a childhood spent grappling with unimaginable horror. How has Karen survived with even a tenuous grasp on sanity?

Then Baer receives an envelope in the mail. It's marked with Karen's return address but contains a letter from a little girl who writes that she's seven years old and lives inside of Karen. Soon Baer receives letters from others claiming to be parts of Karen. Under hypnosis, these alternate Karen personalities reveal themselves in shocking variety and with undeniable traits—both physical and psychological. One "alter" is a young boy filled with frightening aggression; another an adult male who considers himself Karen's protector; and a third a sassy flirt who seeks dominance over the others. It's only by compartmentalizing her pain, guilt, and fear in this fashion—by "switching time" with alternate selves as the situation warrants—that Karen has been able to function since childhood.

Realizing that his patient represents an extreme case of multiple personality disorder, Baer faces the daunting task of creating a therapy that will make Karen whole again. Somehow, in fact, he must gain the trust of each of Karen's seventeen "alters" and convince them of the necessity of their own annihilation.

As powerful as *Sybil* or *The Three Faces of Eve*, *Switching Time* is the first complete account of such therapy to be told from the perspective of the treating physician, a stunningly devoted healer who worked selflessly for decades so that Karen could one day live as a single human being.

From the Hardcover edition.

作者介绍:

理查德·贝尔，拥有美国伊利诺伊州立大学的精神病学医学博士学位，以及西北大学写作硕士学位；既有精神病理学领域的权威知识，又经过写作的专业训练。曾任美国伊利诺伊州心理学会的主席。现在是美国伊利诺伊州、印第安纳州、肯塔基州、俄亥俄州的医疗保险计划医疗部的负责人之一。

目录:

[Switching Time 下载链接1](#)

标签

心理学

学习

PersonalityDisorder

DissociativeSymptom

## 评论

关于人格分裂的一个动人治疗历史。没有人知道10年的治疗意味着什么，也没有人知道抑郁症的表面下，隐藏着怎样的血泪成长史，

[Switching Time 下载链接1](#)

## 书评

罗豫/文

作为首屈一指的心理学大国，美国在这个时代仍源源不断产出于关于人性的，也许不怎么深刻却总能给人以启发的探索结果。这些渗透在学术文章、著作、通俗读物和电影中的观点，在视觉上远不如美国人抛向各个星球的一堆堆探测器械来得拉风惹眼，其长远影响却未必比不上...

到底哪一个才是我？是那个头上长着肿瘤的女婴，  
是那个希望做个完美女儿的女孩儿，  
是那个穿着白圣衣在阴森的殡仪馆地下室等待“受礼”的小姑娘，  
是那个参加了辩论社、戏剧社的高中生，是她们吗？  
还是那个被父亲用50美元都卖给下属“做一做”的“小婊子”？还是那个被祖父...

EEO书评人 焦建

可以说，《24重人格》和《我遗失了时间》这两本书之间，存在着诸多的近似于微妙的相似之处。两个对人格分裂症有着切身或者亲密体验的作者——一个作为男性，曾经身患此症。另外一个，治疗的对象则为女性。而两位译者，也相应的都是台湾人，也是一男一女，文字功...

受这本书的评论吸引在当当网上买回来看，刚开始的时候有点害怕，感觉人格分裂是很可怕的事情，但是当看到各个人格开始出现，便渐渐被它的情节吸引，开始喜欢上所有17个人格，不禁感叹人类脑体系的精密，对于人格分裂有了总体认识。里面每个人格都很有特点和魅力，有各自的优点...

---

合上书的时候，本能地看了下最后一行文字下署名的日期：2007年1月。突然有种说不清的躁动不安在心中鼓荡。这个仿佛昨日的日期似乎一直暗示着我与这本书在现今时空交叉中的神秘联系。这种联系无疑是真实的，但面对真实也往往意味着面对的是很多残酷。对我而言，《我遗失了...

---

大学时期，曾看过一本心理小说，24重人格，深深入迷，更对心理学产生了深厚的兴趣，几年来，一直寻求类似题材的小说，然，这本心理治疗案例型纪实的故事让我期待已久。

艾伦的童年，已不能用灰色来形容，本应该保护她成长的亲人们，却用无尽的折磨和虐待让她生不如死。我感叹人...

---

### 《我遗失了时间》 (Switch Time)

这真是一本很棒的书，不曾想到现实生活中会有这样不可思议的经历与奇幻的人生。也由衷的钦佩Bear医生精湛的医术与高尚的职业道德，特别是耐心，一个长达18年的医治经历，太难了。也谢谢Karen的分享，有机会让Dr Bear把这么一个Amazing的过程讲...

---

### 世界上的另几个我 ——《我遗失了时间》读后感

这是一本值得一再翻看的书。至少我是这么做了。

第一次的阅读过程，最初是抱持着纯粹的好奇，多重人格的背后，藏着的是怎么样的秘密。因为一开始就知道这是一个心理医生记录自己病患的真实故事，所以对情节并没有抱太大的期待，甚...

---

面对近似孤绝的情境，生存本能发展出畸形但是非此不可的存在方式，这是一趟艰辛的、代价无可挽回的精神之旅。

生与死之外，存在以各种方式呈现着它本身。你必须相信，总是有着这样一种可能性。

。。

一边准备职业考试，一边看的这本书，断断续续看了好几周才看完。感触非常多。大多数人对于这本书的评价可能集中在同情卡伦的遭遇及感叹人精神力量的强大，贝尔医生的职业精神及耐心，不知道有没有人和我一样关心书中的日常。卡伦做过什么工作，交的朋友怎么样，小时候被带去参...

个人主义的又一场噩梦——评《我遗失了时间》 罗豫/文

作为首屈一指的心理学大国，美国在这个时代仍源源不断产出着关于人性的，也许不怎么深刻却总能给人以启发的探索结果。这些渗透在学术文章、著作、通俗读物和电影中的观点，在视觉上远不如美国人抛向各个星球的一堆堆探...

耶稣将手伸向天堂，召唤天使。十七个天使飘下来，进入卡伦体内。我们是来保护卡伦的。每颗星星代表一个人格。每个人格都是卡伦的守护神啊！

最最最最让我觉得神奇的就是治疗过程的人格融合，每次都是分两到三个人格融合进卡伦。每次融合前贝尔医生先会和人格进行谈话，了解他...

第一次知道DID是某一天搜索反社会人格的时候，当时抱着好奇的心态点开视频。只有一位女性坐在那里，声音很小，非常腼腆。

不过才过了一会儿，她忽然换了口音，操着上流社会的口音，优雅且端庄。

我被她吸引，直至她闭上的眼睛突然透出了光彩。那不过是一个很老的片子了，你却...

或许每一个人都有多重人格特征。人的多面性或许就是多重人格在作祟。也许每一种情绪都是一种我们所说的“人格”，他们各自独立体现就出现了我们目前所认知的多重人格？或许只是人的记忆被片段化，特定情绪下承受与遗忘的记忆体现？是人类大脑系统自我保护机制？从本书精彩绝伦...

---

[Switching Time](#) [下载链接1](#)